Tag der Pausenmilch

Tag der Pausenmilch

31. Oktober 2023

Zyklus 3 (7. – 9. Klasse)

Ein Angebot von Swissmilk mit der Unterstützung
des Schweizerischen Bäuerinnen- und Landfrauenverbandes (SBLV)

Shake-Rezepte und weitere
Znüni-Ideen unter
www.swissmilk.ch/pausenmilch

Zurücklehnen und geniessen!

Am Tag der Pausenmilch hast du eine Portion Milch erhalten. Das ist ein ideales Znüni, weil es viele wertvolle Nährstoffe enthält. Es ist wichtig, in der Pause etwas zu essen oder zu trinken, damit du bis zur Mittagspause genug Energie hast. Dieses Apfel-Smoothie-Rezept garantiert dir einen Genussmoment zum Zvieri. Probiere es aus!

© Swissmilk 2023 gedruckt in der schweiz 131267D

Apfel-Smoothie

Für 4 Personen
4 grosse Gläser

Zutaten

400 g	Äpfel, z.B. Boskoop, Braeburn, in Stücken
2 dl	Milch
½ TL	Zimt
500 g	Joghurt

Zubereitung

Äpfel mit der Milch pürieren. Zimt und Joghurt darunterrühren. In Gläser füllen.

Schweiz. Natürlich.

Schweizer Milchproduzenten SMP
Swissmilk, Laubeggstrasse 68, Postfach, 3006 Bern
Telefon 031 359 57 28, marketing@swissmilk.ch
www.swissmilk.ch/pausenmilch